El arte de la creación mental

Por Ralph M. Lewis, F.R.C.

Tal vez sea mejor empezar diciendo que el arte de crear mentalmente no es de los que comenzaron con la inscripción de su operación o procedimiento en las paredes de los templos de la antigüedad.

No es algo que sólo a los iniciados se les concede como privilegio tras severas pruebas. Es mejor aclarar, también, que no es un arte desaparecido y vuelto a descubrir. No se trata de algo que fuera antiguamente común en una gran civilización y que fue destruido por los estragos del tiempo. Además, no se encontró más tarde entre los artefactos de los antiguos otorgándose hoy a ciertos individuos y grupos.

Es un hecho que la creación mental no tiene nada de misterioso excepto cuando las gentes quieran pensar que lo es. La palabra arte, en este sentido, quiere decir que es una técnica o método que la práctica ha desarrollado para conseguir fines más eficaces.

El arte de crear mentalmente hace uso de potencias y atributos inherentes en todo ser humano. Es un método de utilizar mejor ciertas habilidades naturales. El que algunos individuos se hayan hecho maestros de la creación mental no significa que hubiesen sido dotados de mayores poderes que otros. Por lo general, sólo quiere decir que han sido más perseverantes. Posiblemente se dieron cuenta de sus potencialidades y se dedicaron a concentrarse en ellas hasta dominarlas.

Examinemos primero las ventajas. Una ventaja, convengamos, es algo que adelanta nuestros fines personales. Pueden estas ventajas consistir en objetos como una casa, un automóvil y dinero en el banco o, también, en circunstancias como un ascenso en los negocios, la asociación con amigos influyentes, la solución de un problema o una importante decisión favorable. Las ventajas pueden ser advertencias, tales como las que llegan por medios sobre los cuales no tenemos dominio ni ejercemos influencia, como, por ejemplo, el que alguien se ofrezca a comprar una propiedad de usted, la cual hace tiempo consideraba sin valor y, últimamente, ni se había ocupado de vender.

Pues bien, es generalmente sabido que estas ventajas accidentales son tan infrecuentes que no puede uno fiarse de ellas. Puesto que insistimos en sacar ventajas. es decir, consideramos ciertas cosas o condiciones necesarias para nuestro bienestar, es aparente que para tenerlas *es preciso hacer que acontezcan.* Cuando usted se propone hacer algo usted es el factor móvil.

El resultado, si ha de haber alguno, comienza con usted. Si usted va a participar en el método o procedimiento de hacer que se convierta en realidad lo que usted desea que suceda, entonces usted es un *creador.*

Es evidente, ¿verdad?, que existe una definida diferencia entre crear y un mero deseo. Este poder está en el *poder de acción* que ejerce el individuo. Los que meramente desean envuelven la creación mental en fantasía. Creen que un deseo tiene en si mismo una especie de potencialidad misteriosa. Creen que por una extraña metamorfosis la realidad surgirá del deseo.

Después de todo, un deseo es querer que suceda algo. Puede ser una meta o un fin que se
sigue. Si uno no continúa más allá del deseo, por sincero que este sea, nunca verá su realización. Usando una analogía casera, si está usted al pie de una colina empinada y cree ventajoso llegar a la cima, por más ferviente que sea su deseo en sí mismo no lo logrará.

Algo tiene que seguir después del deseo: hay que crear el modo o método de ascender la colina.

Por consiguiente, todas las ventajas que no sean accidentales tienen que ser creadas. Para crearlas, *tenemos que obrar.* ¿Es la creación mental diferente de la especie de creación o producción de algo que se lleva a cabo por medio de la actividad física? No hay diferencia final. Toda empresa humana consciente, es decir, en la que el hombre toma parte voluntariamente, comienza con el pensamiento. Es evidente, por consiguiente, que si algo que usted no esperaba y que no concibió se materializa en su vida diaria, no es usted directamente su creador.

Hay muchas cosas de las que somos la *causa inconsciente.* En realidad, las traemos a la existencia. Por otra parte, con seguridad que no llamaríamos a una persona un creador sólo porque repentinamente realizó un resultado, pero sin tomar parte en la dirección de su desarrollo. Lo más que podríamos decir sería que descubrió el resultado.

Los descubrimientos son cosas de las que no podemos depender; más bien dicho no debemos esperar a que sucedan. A veces, al encontrarnos repentinamente con un resultado que creemos ventajoso, podemos por medio de un razonamiento deductivo trazar en el pasado, desde lo general hasta la serie de detalles en donde tuvo origen y entonces podemos dominarlo y hacer que suceda cuantas veces queramos.

Pero lo más frecuente es que no sepamos cómo sucedieron nuestros "des-cubrimientos." Así es que cuando usted es la causa consciente, lo cual siempre es preferible, usted hace planes, *piensa* el método por medio del cual un efecto se deberá llevar a cabo. Entonces es usted su *verdadero creador.*

Cuando por medio de este razonamiento usted se propone construir un garage para su automóvil, por ejemplo, usted está creando mentalmente aunque al mismo tiempo esté usando vigorosamente un martillo clavando clavos. No importa cuánta energía física o fuerza despliegue usted, o cuántas cosas materiales utilice, si todo lo que está haciendo es de acuerdo con su concepto, usted está creando mentalmente.

Después de todo; en cada empresa, cuando consciente y voluntariamente tomamos parte en ella, siempre está ante nosotros *el ideal,* el pensamiento que primero nos indujo a la acción.

Así como el pensamiento por sí solo no puede crear, tampoco puede la acción corporal crear verdaderamente, salvo que esté relacionada con la acción mental que le precedió.

Debemos haber comenzado a darnos cuenta de por qué tantas personas fracasan en llevar a cabo las cosas en la vida. Es porque sus actos corporales no están coordinados con sus pensamientos o porque meramente sueñan y nunca convierten sus imágenes mentales en acción, en actividad material y física.

Puesto que la creación comienza por el pensamiento, volvamos a la mente para analizar más el asunto. Hacemos muchas cosas por hábito. Conocemos casi todos nuestros hábitos. Si no nos deshacemos de ellos quiere decir, ya sea que los consideramos beneficiosos o que no hemos ejercido o no queremos ejercer suficiente fuerza de voluntad para alterarlos.

Excluyendo los hábitos, entonces todos nuestros demás actos deberían ser *premeditados.* Deberíamos querer hacerlos. Además, deberían tener un fin determinado. Entonces para crear mentalmente es necesario primero reunir en la mente un *cuadro mental* del deseo, el fin que usted persigue. Construye usted esto en su consciencia tal cual construyera con las manos, por ejemplo, un cajón.

Llegado a este punto no se piensa en cómo se hará; solamente se procura percibir el objeto o condición en su totalidad. ¿Qué es lo que usted desea? ¿Puede visualizarlo claramente con la visión de la mente? ¿Es como lo ve en su mente tal y como desea que se materialice o suceda? Se dice usted a sí mismo: ¿"le falta algo, no sé qué es"? Si existe esta condición en el cuadro mental hay una falla.

Si construyese un cajón y le faltase un lado, no quedaría usted contento. Consecuentemente, hasta que esté usted completamente satisfecho con su creación mental, hasta que el cuadro en la mente parezca completo, no está usted listo para seguir adelante. Cuando la visualización sea completa, examine rigurosamente su obra.

El siguiente caso es calcular su valor para usted. No lo tome en consideración solamente como activo, a saber, los beneficios que pueda acarrearle, sino también como pasivo. Todo cuanto deseamos comprar o adquirir tiene precio, precio a pagar en dinero o su equivalente, o en consecuencias. No se deje engañar de momento dando rienda suelta a sus emociones y apetitos. Use el metro de la razón para aquilatar su cuadro mental.

Al visualizarlo, pregúntese si incurrirá en la animadversión o falta de respeto de muchas personas inteligentes u honorables al llevar a cabo lo que se propone. A cambio de una satisfacción personal que pudiera disfrutar, ¿tendrá que soportar a alta de estimación de vecinos y amigos?

Por supuesto, es cierto que muchos grandes inventores han tenido que soportar el desdén y sufrir humillaciones para realizar un ideal que tenían, pero en cambio sabían que lo que crearon mentalmente, y después trajeron a la existencia material, beneficiaria más adelante a un número de personas mucho mayor que sus familiares y amigos, y valía la pena aguantar los sacrificios. ¿Incurrirá el cuadro mental de usted, por un lado en todo este disfavor y, por el otro, no le servirá a nadie más que a usted? Si es así, no prosiga más en su materialización, porque más tarde odiará lo que ha creado. Bajo estas circunstancias es más un pasivo que un activo.

Si está usted creando algo que al observarlo en la pantalla de la consciencia reta a la moral, convencionalismos y leyes del hombre, no proceda, salvo que pueda visualizar igualmente y con la misma claridad cómo será aceptada más tarde su creación por la sociedad. Aún más: si tiene usted que combatir su propia consciencia para poder retener el cuadro en la mente, quiere decir que usted mismo se da cuenta que el ideal no representa el todo de usted. No representa la parte moral así como la mental. No hay que crear nada a medias.

Si no encuentra eco en todo su ser no es realmente obra suya. No siga adelante.

Supongamos ahora que usted encuentra completo y aceptable su cuadro mental; que después de cuidadosa consideración no parece que se convertirá en pasivo. El problema siguiente es materializar el cuadro. No existe ninguna clase de alquimia mental por medio de la cual, con una palabra o una fórmula secreta, pueda usted transmutar en su totalidad un cuadro mental en realidad física. Es necesario analizar el cuadro, cerciorarse de cuáles de sus elementos o partes existen ya como una realidad y de los cuales usted tiene conocimiento y sabe cómo pueden obtenerse.

Para simplificar: si el cuadro mental, el fin que persigue usted mentalmente, se compone todo él de elementos de cuya verdadera existencia usted no esté seguro, y no sabe dónde o cómo conseguirlos o hacer que sucedan, lo que usted tiene en la mente es una imagen debida a la fantasía. En este caso no existe ninguna relación entre el mundo mental de usted y el mundo físico.

Como analogía, suponga que tiene en la mente el cuadro de un cofre, un mueble grande que desea traer a la existencia material. Si, no obstante, en el cuadro mental está compuesto de una substancia cuya fuente usted ignora, ni tiene posibilidad de producirla, la razón indica que usted fracasará en realizarlo a causa de la misma insuficiencia de su propio pensamiento. Por consiguiente, la imagen mental necesita de un arquetipo material, cuando menos en parte.

Vamos a suponer que usted retiene el cuadro mental de una casa que desea poseer, y desea transmutar este cuadro mental en un hecho realizado. Usted mira el cuadro; descubre que su casa, en diseño y comodidades, es completamente diferente a cualquier otra que haya visto.

Sin embargo, también observa que está construida con materiales que tienen existencia; reconoce usted los ladrillos, la madera, argamasa, instalación eléctrica y de plomería. Además, usted sabe dónde pueden conseguirse. ¿Qué impide que traiga usted a la existencia este cuadro? Es la necesidad por parte de usted de cierta acción para crearla físicamente.

Puesto que usted no puede hacer personalmente todo el trabajo de construcción, y puesto que no tiene los materiales, la única acción que puede ejercer es la potencia del dinero para comprar los materiales y servicios. El primer eslabón con el presente, con el mundo material, es conseguir el dinero. Pregúntese usted ahora cómo obtiene sus ingresos monetarios. ¿Es esto (sueldo o salario) fuente suficiente de ingresos para que inmediatamente, o más adelante, reúna usted la cantidad necesaria?

Si tiene que transcurrir demasiado tiempo antes de que pueda conseguir el dinero por los medios usuales. su *curso de acción* está en una de dos direcciones. La primera es que simplifique usted el cuadro mental por ahora y forme uno que pueda más fácilmente ser creado en una realidad material, y más tarde establecer otro cuadro de mayor envergadura.

La segunda, o sea la alternativa, es establecer provisionalmente un cuadro substituto en la mente, de una mejoría en la posición o profesión de usted que le proporcione mayores entradas.

Para lograr esto se repite el procedimiento: busque usted cuál es el primer elemento necesario para que este cuadro se vuelva un hecho. Si consiste en dedicar más tiempo a su
trabajo, entonces comience a crear, actúe, dedique más tiempo; si lo que se necesita es desarrollar alguna forma nueva de agrandar su negocio o reducir los costos, actúe usted, comience a crear en esa dirección.

Es evidente que si realiza felizmente el cuadro mental de mayores entradas, por medio de la acción, haciendo las cosas necesarias en sus negocios, usted trae a la existencia *el primer elemento* del primer cuadro mental: la cosa que desea.

Debe saber usted que no es posible ninguna creación mental si el cuadro mental no contiene algún eslabón que lo una a lo presente. Tiene que haber en él algo que usted pueda empezar a hacer *ahora mismo.* La creación mental incluye la *imaginación.* La imaginación es más valiosa cuando contiene un elemento real, algo que existe ahora o es enteramente posible, sin importar que sea una parte muy pequeña del cuadro total, y lo proyecta y agranda en lo porvenir.

Un hombre puede imaginar el mover una montaña y puede crear mentalmente esto si tiene conocimiento del factor real por el que debe comenzar, y por medio de la acción lo agranda hasta convertirlo en la potencia capaz de mover la montaña. Los pensamientos que pudiéramos tener, y que no son afines a nuestro mundo o circunstancias actuales, son fantasía y no verdadera imaginación. Hay que extender el pensamiento de algo que *es* hacia lo que uno desea que suceda.

A mayor analogía diremos que nunca un peldaño solo de una escalera sirvió para que alguien escalara una mayor altura. Son necesarios varios peldaños unidos para un fin común: permitir que suba alguien. Por consiguiente, al crear mentalmente, forme su cuadro mental tan complejo como quiera, pero no omita el primer peldaño, el eslabón que pone el cuadro en comunicación con la capacidad que ahora tiene usted con sus posibilidades y con cosas reales.

¿No podemos recibir inspiración de nuestro interior al crear mentalmente? Sí, desde luego. Sin embargo, no debemos creer que meramente retener en la mente un cuadro mental, perfecto en sus detalles, es todo lo que se necesita para transformarlo en realidad.

No existe ningún poder extraño que se haga cargo del cuadro y lo transmute para nosotros. Las fuerzas cósmicas no son genios o magos a nuestro servicio. Cuando con toda claridad retengamos el cuadro en la mente debemos, como ya se explicó, procurar descubrir en él ese elemento que liga el cuadro a los hechos y constituye un comienzo de nuestro curso de acción.

Después, mentalmente, debemos pedir que lo Cósmico nos inspire, que nos guíe, que nos conceda ese conocimiento intuitivo de cómo será mejor principiar esa acción necesaria.   Debemos pedir ese esencial poder mental y físico que necesitaremos para lanzar nuestra campaña.

No debemos pensar que algún Poder Infinito, como si diera un pase con una vara mágica, hará que la totalidad de lo que concebimos se materialice en realidad sin más esfuerzo de nuestra parte que meramente retener el cuadro en la mente. Si cuando haya usted completado el cuadro mental no puede discernir en él objetiva e inmediatamente el factor primario que constituye el punto inicial, que es lo primero que tiene usted que hacer para llevarlo a cabo entonces pase el cuadro a la mente subjetiva.

Esto se hace desechándolo de los pensamientos. con la esperanza o deseo de recibir la inspiración necesaria para saber cómo empezar. La inspiración puede venirle a usted al día siguiente, o una semana después. Puede llegarle como lo que vulgarmente se llama una corazonada, o sea una impresión intuitiva.

El aspecto místico de la creación mental consiste en ganar la ayuda adicional de una sugerencia del ser interno, de la Inteligencia Infinita de nuestro ser, dejando que pase el estimulante cuadro mental a la mente subjetiva.   Sin embargo, la creación mental, en contra de lo que creen muchas personas, no incluye ningún procedimiento místico por medio del cual, y ya lo hemos dicho, el cuadro mental completo se materialice sin ningún esfuerzo físico por nuestra parte.

Con frecuencia se dice que la creación mental incluye el atraer hacia uno el poder de lo alto que lleva a cabo el resultado que se deseó; y esto es verdad, pero el poder toma la forma de una idea revelada, de un conocimiento útil inspirado, o la sugerencia intuitiva de la forma en que podemos obtener ayuda. El individuo aprende por sí mismo cómo puede crear en el mundo

material lo que tiene en la mente; pero se le exige al individuo el crear, es decir, que actúe.

Debe ser aparente para muchos de vosotros que infinidad de personas han usado este arte de la creación mental que he bosquejado aquí. sin conocimiento alguno del misticismo o siquiera de los principios de la psicología. Han desarrollado el arte razonando cuidadosamente y respondiendo a sus propios impulsos intuitivos.

Puede haberles llevado la mayor parte de su vida el desarrollar su método, pero vosotros que tenéis la oportunidad de adquirir el conocimiento de la manera de hacerlo, tenéis una decidida ventaja al poder economizar un tiempo valioso. Sin embargo, el arte de crear mentalmente, ya sea descubierto por un individuo en el curso de un raciocinio y un análisis de sus actos, o ya aprendido por él por la lectura de un artículo como éste, da resultados en ambos casos. No existe ningún secreto sobre el particular.